

Universidad del Sureste



Licenciatura en Nutrición

L.N Luna Gutierrez Patricia del Rosario

López Bautista Joseph Alexis

Educación en Nutrición

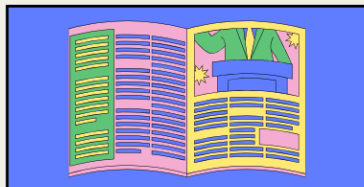
3er cuatrimestre

**Promoción a la salud**

15 de Junio de 2024

# PROMOCION DE LA SALUD

## ¿CUÁLES SON SUS ORÍGENES?



LA PRIMERA CONFERENCIA LLEVADA A CABO SOBRE EL TEMA DE LA PROMOCION DE LA SALUD "INICIATIVA EN PRO DE UNA NUEVA ACCION DE SALUD PUBLICA" FUE EL 17-21 DE NOVIEMBRE DE 1986 EN DONDE SE DA A CONOCER EL CONCEPTO DE PROMOCION DE LA SALUD

## DEFINICION

SE REFIERE AL PROCESO QUE PERMITE A LAS PERSONAS INCREMENTAR EL CONTROL SOBRE SU SALUD Y MEJORARLA. NO SOLO SE ENFOCA EN PREVENIR ENFERMEDADES, SINO EN FOMENTAR ESTILOS DE VIDA SALUDABLES Y CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA EL BIENESTAR FÍSICO, MENTAL Y SOCIAL.



### EMPODERAMIENTO

AYUDAR A LAS PERSONAS A DESARROLLAR HABILIDADES Y CONFIANZA PARA TOMAR DECISIONES SALUDABLES.

### PARTICIPACION COMUNITARIA

INVOLUCRAR A LA COMUNIDAD EN LA IDENTIFICACIÓN DE SUS PROPIAS NECESIDADES Y SOLUCIONES PARA UNA MAYOR EFECTIVIDAD Y RELEVANCIA.

### EQUIDAD DE SALUD

BUSCAR REDUCIR LAS DESIGUALDADES EN SALUD PARA QUE TODAS LAS PERSONAS TENGAN LAS MISMAS OPORTUNIDADES DE BIENESTAR.

### EJEMPLOS DE PROMOCION

INCLUYEN INICIATIVAS EN ESCUELAS PARA FOMENTAR LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA BUENA ALIMENTACIÓN Y EL BIENESTAR MENTAL; CAMPAÑAS DE CONCIENCIACIÓN SOBRE EL TABAQUISMO, EL CONSUMO DE ALCOHOL Y HáBITOS SALUDABLES; Y ACTIVIDADES COMUNITARIAS COMO GRUPOS DE APOYO, CHARLAS Y FERIAS PARA INCENTIVAR PRÁCTICAS DE SALUD EN LA COMUNIDAD.

## ESTRATEGIAS DE PROMOCION DE LA SALUD

LAS ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD INCLUYEN EDUCAR SOBRE TEMAS DE BIENESTAR, IMPLEMENTAR POLÍTICAS QUE FACILITEN AMBIENTES SALUDABLES, ADAPTAR LOS ESPACIOS PARA FOMENTAR BUENOS HáBITOS Y REORIENTAR LOS SERVICIOS DE SALUD HACIA LA PREVENCIÓN Y LA EDUCACIÓN, ADEMÁS DEL TRATAMIENTO.



## IMPACTO Y BENEFICIOS

PROMOVER LA SALUD REDUCE LA INCIDENCIA DE ENFERMEDADES CRÓNICAS COMO DIABETES, HIPERTENSIÓN Y OBESIDAD. TAMBIÉN MEJORA LA CALIDAD DE VIDA AL FOMENTAR HáBITOS QUE IMPULSAN EL BIENESTAR FÍSICO Y MENTAL, Y DISMINUYE LOS COSTOS DE SALUD AL REDUCIR LA NECESIDAD DE TRATAMIENTOS MÉDICOS, BENEFICIANDO TANTO A INDIVIDUOS COMO AL SISTEMA DE SALUD.

